

Hummusfad med toppings

Opskrift til 4 som tilbehør

Laver du din [hummus](#) selv: tager retten 30 minutter at lave

Køber du en hummus: 20 minutters tid

Samlet tid

20-30 minutter

Ingredienser

- 1 portion hummus (hjemmelavet eller købt)
- 1 dl quinoa
- 1 dåse kikærter + olie, salt, peber og spidskommen
- 1 majske
- 1 håndfuld fetaost
- 1 avocado
- 1 lille håndfuld frisk mynte
- lidt græskarkerner
- lidt pekannødder

Sådan gør du

1. Start med at lave dig en humus og smør den ud på et fad. Du kan også købe dig til en.
2. Så skal der ellers sættes to gryder over med vand – en til en majske (pil bladene af først og kog den mør, skær derefter majs fri)
3. En til quinoa, kog disse.
4. Rist også kikærter (dræn dåsen og kom kikærterne på en pande med olie og krydder)
5. Rist dem godt af til de har fået lidt farve og stegeskorpe.
6. Kom så først quinoa, kikærter og majs over fadet.
7. Skær avocado i tern og kom over + smuldr feta over.
8. Top med mynte, græskarkerner og pekannødder.